



Die Senegambia-Region: Poco Loco und Kololi

Rund um das traditionsreiche Senegambia Hotel befindet sich die umtriebige Region des Landes. Auf der Touristenmeile „Senegambia Strip“ ist von morgens bis spät nachts etwas los; der neuere „Poco Loco Strip“ (Karte links) entwickelt sich ähnlich und ist besonders beliebt bei niederländischen Urlaubern. Hier können Sie Jeeps und Fahrräder mieten, Vogelfütterungen beobachten, sich massieren lassen, ein Fitness Centre und einen Naturpark besuchen (Monkey Park genannt, S. 96). Wer gerne mitten drin ist im Geschehen und schon mal die Nacht zum Tage macht, der ist hier gut aufgehoben. Auch Anspruchsvollen wird die Region durch gute Hotels und vielfältige Restaurants gerecht.

Hotels am Poco Loco Strip

Seaview Gardens Hotel: Tel. 4466660, Fax 4466650, email: reservations@seaviewgardenshotel.gm. Eine kleinere, einfache und beengte Hotelanlage, nahe der Hauptstraße gelegen. Mit Pool und Restaurant im Innenhof. Preise: ÜF ab 19 €/DZpP und 36 €/EZ.

Bamboo Garden Hotel: Tel. 4463079, Fax 446381, email: info@bamboohotel.gm. Zwischen Strand und Senegambia Highway liegt diese familiäre Anlage für Rucksackreisende und Individualisten (viele Stammgäste). Mit 58 Zimmern, Pool und Massagesalon. Preise: ÜF ab 23 €/DZpP und 38 €/EZ.

Djeliba Resort: Tel. 7884498, email: info@djelibaresort.com, www.djelibaresort.com. Ein ruhiges Mittelklassehotel mit Massagesalon und Pool, das hinter dem Djembe Resort und damit nicht direkt am Strand liegt und über 74 Zimmer und Apartments verfügt. Familiäre Atmosphäre. Preise: ÜF ab 28 €/DZpP und 50 €/EZ.

Djembe Beach Resort: Tel. 2026200, Fax 4466701, email: info@djembesort.com, www.djembesort.com. Das ehemalige

Sunswing Hotel liegt direkt am Strand und bietet Zimmer und Selbstversorger-Bungalows innerhalb einer Anlage mit Pool, Restaurant und Beach Bar. Gute Mittelklasse, moderne Zimmereinrichtung, freundlicher Service. Preise: ÜF ab 32 €/DZpP und 64 €/EZ.

Balafon Beach Resort: Tel. 2026200, email: info@balafonresort.com, www.balafonresort.com. Das neue kleine Erwachsenenresort erstreckt sich mit Rundbungalows, Pool und Spa am Strand neben dem Schwesterhotel Djembe Beach. Ungewöhnliche Architektur, originell mit vielen Wasserläufen und Pools, aber teilweise auch beengt und einsichtig. Preise: ÜF ab 53 €/DZpP und 94 €/EZ.

Hotels in Kololi (am Senegambia Strip)

Senegambia Hotel: Tel. 4462717, Fax 4463811, email: info@senegambiahotel.com, www.senegambiahotel.com. Das weitläufige traditionsreichste Hotel Gambias mit 351 Zimmern ist schon etwas in die Jahre gekommen, aber dafür ist hier nichts neumodisch oder steril. Es hat einen ganz spezifischen Charakter und beherbergt eine grandiose Vogelwelt in seinem riesigen Garten (täglich

um 11.30 Uhr Geier-Fütterung). Morgens und abends gibt es reichhaltige Buffets, fast täglich Abendshows und tagsüber Musik und Animation am Hauptpool, zudem mehrere Bars mit Fassbierausschank, eine Pizzeria und einen zusätzlichen Pool mit Strandbar direkt am Meeresstrand. Dieses Mittelklassehotel hat etliche Stammgäste.

Preise: ÜF je nach Saison ab 55 €/DZpP und 68 €/EZ, Zimmersafe gegen Gebühr.

Kairaba Beach Hotel: Tel. 4462940, Fax 4465870, email: info@kairabahotel.com, www.kairabahotel.com. Einst war es das beste Hotel des Landes, doch Service und Zimmer verraten inzwischen das Alter der Anlage. Der herrliche Garten mit üppiger Vogelwelt, Flughunden, Pfauen, Nilwaranen und Meerkatzen gleicht das für Naturfreunde aus. Besonders originell sind die Kuhreier, die hier mitunter im Pool baden. Tipp: Die Standard-Zimmer liegen an der unruhigen Hotelfahrt, empfehlenswerter sind die Zimmer im Garten. Von den zwölf Gebäudekomplexen à acht Zimmern liegen Nr. 1, 2, 11 und 12 am Meer (oft windig bei hoher Luftfeuchtigkeit). Nr. 7 und 8 schließen direkt an Rezeption und Frühstücksraum an. Ruhig mit Gartenblick liegen die Gebäude Nr. 3 bis 6, 9 und 10. Alle Zimmer haben deutsche Steckdosen, und es gibt Nichtraucherzimmer. Preise: ÜF je nach Saison ab 47 €/DZpP und ab 83 €/EZ.

Holiday Beach Club Hotel: Tel. 7768006, email: hbc.gambia@yahoo.com, www.holidaybeachclubgambia.com. Einfache ältere Strandanlage direkt neben dem Kairaba Beach Hotel. Bescheidene Bungalows mit Ventilatoren und Mini-Terrasse ohne Privat-

sphäre, großem Poolbereich und Restaurant. Die meisten Gäste kommen aus Großbritannien. Preise: ÜF ab 32 €/DZpP und 54 €/EZ.

Kololi Beach Resort: Tel. 4464897, Fax 4463257, email: bookings@kololi.com, www.kololi.com. Der weitläufige Club mit zweistöckigen Ferienhäusern, Pool, Shop, Restaurant und Golfplatz ist eine gepflegte Time-Sharing-Anlage, die inzwischen auch Nichtmitgliedern offen steht. Mehrheitlich britische und chinesische Gäste. Preise: Apartments zur Selbstversorgung ab 200 €/Nacht, Villen ab 250 €/Nacht.

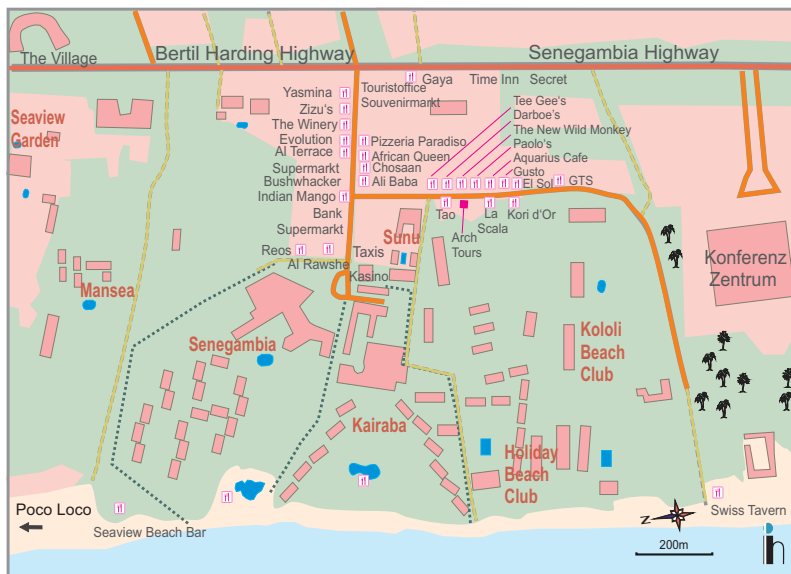
Sunu Hotel (ehemals Sarge's Hotel): Tel. 4460510, Fax 4460515. Mittelklassehotel unter gambischer Leitung, das an der Straße hinter dem Kairaba Hotel liegt. Die klimatisierten Zimmer haben Balkone zum Innenhof und sind mit Kühlschrank und Wasserkocher ausgestattet, einige Studios auch mit Küchenzeile. Im Innenhof liegen ein schmuckloser Pool, ein Massagesalon und ein Restaurant. Preise: ÜF ab 32 €/DZpP und 50 €/EZ.

Mansea Hotel: Tel. 4461188, Fax 4465010, email: info@manseabeachhotelandresort.com, <http://www.manseabeachhotelandresort.com>. Mehrstöckige Hotelanlage mit 126 Zimmern, die etwa 300 m vom Strand in einem einsamen Bereich zwischen der Pocoloco Strip und Kololi liegt. Preise: ÜF ab 32 €/DZpP und 45 €/EZ.

Unsere Meinung

Von Poco Loco bis Kotu sind die Strände großartig. Am Strand von Kololi sind aufgrund von Erosionen Schutzvorrichtungen errichtet worden (Foto unten), wodurch der Strand sehr schmal geworden ist.





What's On in the Senegambia Region?

Strände

Von Kololi kann man in beiden Richtungen endlose Strandwanderungen unternehmen. Weil der Atlantik hier kontinuierlich Land raubt, musste der Strand mehrfach aufgeschüttet werden. Besonders deutlich wird dies im Bereich des Senegambia Hotels.

Tipps für Vogelfreunde

Vorbildliches Angebot im Senegambia Hotel: Täglich um 11.30 Uhr findet im Hotelgarten eine Greifvogel-Fütterung statt, zu der sich stets zahlreiche Milane, Kappengeier und Schildkröten einfinden (Foto S. 94). Vogel-



experten bieten hier zusätzliche Exkursionen an. Auch im Garten des Kairaba Hotels und im Bijilo Forest Reserve (S. 96) kann man Vögel wie Scharlachwürger und Bienenfresser beobachten. An den Hotelpools lassen sich gerne die Kuhreier zum Trinken nieder.

Einkaufen und Geldwechsel

Die "Meile" Senegambia Strip bietet alles: Einen Craft Market für Souvenirs, zwei kleine Supermärkte, die abends lange geöffnet haben, mehrere Wechselstuben und Geldautomaten. Tipp: Je weiter die Wechselstube von den großen Hotels entfernt liegt, umso besser wird der Wechselkurs. Apotheken, Backshops und große Supermärkte findet man am Bertil Harding Highway (Right Chice, My Supermarket, Xpress).

Taxis & Mietwagen

Am großen Taxistand dürfen nur die teuren grünen Touristentaxis warten (Tel. 9980003). Fahrten nach Bakau, zum Abuko Reserve oder zum Flughafen kosten je 900 D, nach Banjul 1200 D. Buschtaxis und gelbe Taxis dürfen nicht im Senegambia Strip warten, halten jedoch an der Gabelung zum Bertil Harding/Senegambia Highway.

Fitness Centre

Bei „Elite Fitness“ hinter dem Kasino von Poco Loco nahe dem Bertil Harding Highway kann man seinen Körper stählen und saunieren. Im Angebot sind auch Kampfsportarten, Aerobic und Yoga. Tel. 7900561.

Mietwagen

AB Rent a Car: Tel. 4460926, 9320776, www.ab.gm. Niederlassung neben dem Maroun's Supermarkt am Bertil Harding Hwy.

Afriq Cars: Tel. 3344443, 7700900, www.afriqcars.com. Büro beim „Village Complex“ am Senegambia Highway.

Rentacar Gambia: Tel. 3197575, www.rentacargambia.com. Das Büro liegt 200 m in einer Straße, die gegenüber der Atlas Tankstelle vom Bertil Harding Hwy abzweigt. Siehe außerdem: S. 182f, 208.



Massage & Wellness

Fürs Wohlbefinden offerieren Massagestudios in zahlreichen Hotels Spa Treatments, Massagen (ca. 10 €/20 Min.), Aromatherapie und Schönheitspflege. Im Djelibaba Hotel gibt es auch einen Hammam.

Golfen

Beim Kololi Beach Club dürfen auch Besucher gegen eine Greenfee von ca. 20 € den 9-Loch-Golfplatz benutzen. Tel. 4464897.



Reisebüros für Ausflüge

Es wimmelt hier von Ausflugsangeboten, die den Besuchern von jungen Gambiern per Handzettel auf der Straße feilgeboten werden. Zu den renommierten und zuverlässigen Anbietern zählen:

Arch Tours: Tel. 9906890, www.arch-tours.com. Das Büro liegt schräg gegenüber dem Eingang zum Sarge's Hotel. Arch Tours unternimmt in kleinen Gruppen ein- und mehrtägige Ausflüge zu allerlei Sehenswürdigkeiten.

Bushwhacker Tours: Tel. 9912891, www.bushwhackertours.com. Kleinerer Anbieter mit ähnlichem Programm, neben dem Jewel of India Restaurant gelegen.

Touristen-Polizei

An den Zufahrten zum Senegambia Strip und zur Poco Loco Area befinden sich zur Sicherheit der Touristenregionen jeweils stationäre Polizei-Checkpoints, die den Autoverkehr kontrollieren.



Tourist-Guides & Information

Ein kleines Büro der Tourist Info liegt an der Kreuzung zum Senegambia Highway (Foto oben). Außerdem warten zwischen den Hoteleingängen von Senegambia und Kairaba Hotel offizielle „Tourist Guides“, um Besucher bei ihren Unternehmungen zu begleiten und Hilfestellung zu leisten. Sie verlangen dafür 1000 D pro Tag (plus Trinkgeld).



Tipps zum Essen und Trinken

The Winery: Tel. 2713577. Das lässige Lokal am Senegambia Strip ist immer gut besucht. Spezialität sind spanische Tapas und Fassbier.

Cassy's Café, Tel. 2222622, und das Restaurant **Vineyard,** Tel. 2637711, beide im The Village Komplex am Bertil Harding Highway, haben einen hervorragenden Ruf.

Gaya Art Café: Tel. 3774022. Freunde ausgefallener Kochkunst kommen hier auf ihre Kosten. Das etwas außergewöhnliche Restaurant liegt am Senegambia Hwy.

Scala: Tel. 4460813. Feine Steaks und mehr. Sonntags Grill Night für 12 €.

Darboe's Gambian Restaurant: Tel. 7816814. Authentische gambische Küche.

Al Rawshe: Tel. 7722821. Beliebtes libanesisches Restaurant, freitags Buffet für 10 €.

Tao: Tel. 4461191. Thai-ländisch angehauchte, mild gewürzte Küche unter dänischer Leitung. Donnerstags Buffet für 10 €.

Sea Shells Bar & Restaurant: Tel. 7760070. Internationale Küche in einer gepflegten Atmosphäre am Bertil Harding Hwy in Richtung Bijilo. Ein Tipp für Anspruchsvolle.

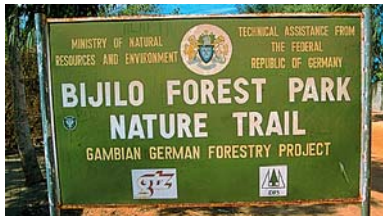
Legere Strandrestaurants wie **Cabana's Beach Bar**, **Poco Loco Beach Bar** und **Sizzler's** wetteifern um Gäste mit guter Musik, coolen Drinks und gambischen Spezialitäten.

Info: Zahlreiche Lokale offerieren zudem eine Happy Hour für Getränke ab 17 Uhr.

Nightlife

Kasinos mit Slot Machines, beim Pokern, Roulette und Black Jack findet man neben dem Kairaba Hotel und an der Poco-LoCo-Zufahrt. Ein paar Nachtclubs wie **Time Inn** und **Secret** liegen östlich des Gaya Art Café am Senegambia Highway.





Bijilo Forest Reserve (Monkey Park)

Der 1950 gegründete und 51,3 ha kleine Park sollte zunächst der kontrollierten Nutzholzgewinnung dienen. Doch erwies sich der Wald als zu klein und unrentabel, außerdem nahm die illegale Abholzung drastisch zu. So wurde der Park 1982 unter Schutz gestellt und mit Unterstützung der deutschen GTZ umgezäunt, ein Naturlehrpfad errichtet und 1991 der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Heute gilt das Waldreservat als **letzter natürlicher Küstenwald** mit einer Vielzahl an Pflanzenarten. Zu den auffälligsten Bäumen zählen skurrile Baobabs, Zimtapfel-Bäume, Rote Baumwollbäume, Feigenbäume und die riesigen Öl- und Borassuspalmen. Die vielseitige Vegetation bietet zahlreichen Tierarten wie Geiern, Adlern, Eulen sowie Waranen, Buschhörnchen, bunten Schmetterlingen und verschiedenen Affen einen geschützten Lebensraum. Während die scheuen **Roten Stummelaffen** kaum die sicheren Baumwipfel verlassen, bedrängen neugierige **Grünmeerkatzen** die Besucher, um sich mit Erdnüssen füttern zu lassen. Dies ist zwar eigentlich nicht mehr erlaubt, seit



die Meerkatzen immer aggressiver wurden; die meisten Guides füttern die Tiere trotzdem an.

Der Park öffnet täglich von 7–19 Uhr. Beste Besuchszeiten sind morgens und der späte Nachmittag. Der Eintritt beträgt 150 D (ab zehn Jahre). Der Eingang liegt am Bertil Harding Hwy ca. 1 km südlich der Senegambia-Zufahrt, seit der alte Zugang einem modernen Konferenzzentrum weichen musste. Zahlreiche Guides bieten sich hier gegen ein Trinkgeld als Führer an, wobei man sich auch gut allein zurechtfindet.

Der "Monkey Park", wie er landläufig heißt, ist in **vier Wandersektionen** aufgeteilt, die aneinanderfolgen und je ca. 30 Min. dauern. Die erste Sektion mit grünen Baummarkierungen ist leicht zu gehen; hier halten sich auch die meisten Meerkatzen auf. Im zweiten, rot gekennzeichneten Bereich muss man einige Steigungen mit Treppen bewältigen. Der schwarze Weg führt teilweise sonnig am ehemaligen Küstenzaun entlang. Die blaue Strecke wurde durch das Konferenzzentrum halbiert; hier genießt man rauschende Palmenwälder und muss man nochmal eine Treppe besteigen.

Bilder links: Rote Stummelaffen in den Bäumen; Beschilderung und Eingangstor zum Park; ein Nilwaran. Rechts: Kappengeier, Meerkatzen bei der Fütterung

